

Provkonstruktion

# Provkonstruktion

**Årskurs:** Vuxenutbildningen

**Ämne eller kurs:** Yrkestrafik

**Tema:** Säkerhet och ergonomi vid godshantering

## Syfte

Syftet med provet är att bedöma elevernas förståelse av säkerhetsåtgärder och ergonomiska metoder vid godshantering samt deras kunskap om relevanta lagar och föreskrifter inom yrkestrafik.

## Koppling till styrdokument

### Centralt innehåll

Undervisningen ska behandla säkerhetsåtgärder och ergonomiska metoder vid hantering av gods samt förståelse för relevanta lagar och föreskrifter inom yrkestrafik.

### Kunskapskrav

Eleven redogör för centrala säkerhetsföreskrifter och ergonomiska arbetsmetoder. Dessutom planerar och organiserar eleven transportuppgifter i samråd med handledare, med en översiktlig förståelse för hur dessa åtgärder påverkar arbetsmiljön.

## Prov

### Faktafrågor

1. Vilken av följande är en viktig säkerhetsåtgärd vid godshantering?

- A) Användning av skyddsutrustning

- B) Arbeta ensam
- C) Tunga lyft utan hjälp
- **D) Korrekt lyftteknik**

2. Vad är ergonomiets syfte?

- **A) Förebygga skador och belastningsproblem**
- B) Öka arbetsbelastningen
- C) Minska produktiviteten
- D) Ingen påverkan på hälsan

3. Vilken lag reglerar arbetsmiljö och säkerhet?

- A) Miljöbalken
- B) Trafikförordningen
- **C) Arbetsmiljölagen**
- D) Lagen om anställningsskydd

4. Vilken ergonomisk metod kan användas för att minska belastning vid lyft?

- A) Släpa tunga föremål
- **B) Använda benen vid lyft**
- C) Böja ryggen vid lyft
- D) Ruva föremål med armkraft

5. Vilket påstående är korrekt angående säkerhetsföreskrifter?

- **A) De skyddar arbetstagare från olyckor**
- B) De minskar kostnaderna för företaget
- C) De är valfria att följa
- D) Ingen påverkan på arbetsmetoder

6. Vad bör man göra innan man lyfter ett tungt föremål?

- A) Ta ett djupt andetag
- **B) Bedöma vikten och planera**
- C) Be andra att hjälpa
- D) Lyfta utan förberedelse

7. Vad kännetecknar en korrekt arbetsställning vid lyft?

- **A) Ryggen rak och benen böjda**
- B) Ryggen böjd och benen raka
- C) All vikt på fötterna
- D) Ingen påverkan på hälsan

8. Vilken av följande metoder kan minska risken för skador?

- A) Ignorera säkerhetsföreskrifter
- B) Ha arbetet i hög hastighet
- **C) Använda rätt lyftteknik**
- D) Arbeta utan paus

9. Vad anger en säkerhetsplan?

- A) Kostnader för material
- **B) Föreskrifter och rutiner för säkerhet**
- C) Anställdas arbetstider
- D) Ingen koppling till säkerhet

10. Vilken av följande är en risk vid godshantering?

- A) Använda skåp för lagerhållning
- B) Ingen risk förekommer
- **C) Skador vid lyft av tunga föremål**
- D) Att vara för professionell

11. Vad är en viktig del av ergonomiska metoder?

- A) Monoton arbetsmetod
- B) Att öka belastningen
- **C) Att minska repetitiva rörelser**
- D) Att jobba utan paus

12. Hur kan korrekt lyftteknik påverka arbetsmiljön?

- A) Genom att öka skaderisken
- B) Genom att skapa stress
- **C) Genom att minska risken för skador**
- D) Ingen påverkan

13. Vilken typ av skyddsutrustning är viktig vid godshantering?

- A) Ingen utrustning behövs
- **B) Skyddsskor och handskar**
- C) Vanliga kläder
- D) Endast för kvinnor

14. Vad bör göras efter att en olycka inträffat?

- A) Ignorera situationen
- **B) Rapportera incidenten**
- C) Fortsätta utan förändringar
- D) Göra inget

15. Vilket påstående är korrekt angående avstämningar av säkerhetsrutiner?

- **A) De ska genomföras regelbundet**
- B) De är valfria
- C) Ingen påverkan på säkerhet
- D) Bara vid stora incidenter

## Resonerande frågor

1. Resonera kring vikten av att följa säkerhetsföreskrifter vid godshantering.

Syftet är att utvärdera elevernas förståelse för säkerhetsåtgärders betydelse för arbetsmiljön.

2. Hur kan ergonomi implementeras i arbetsrutiner för att förbättra hälsa och säkerhet?

Frågan uppmuntrar till grundlig reflektion kring ergonomiska metoder och deras inverkan.

3. Diskutera vilka risker som kan uppstå om säkerhetsåtgärder inte efterlevs.

Eleverna ges möjlighet att identifiera och analysera konsekvenser av bristande säkerhet.

4. Vilka lagar påverkar arbetsmetoder och hur kan dessa implementeras i praktiken?

Denna uppgift syftar till djupare förståelse för lagstiftningens påverkan på arbetsmiljö.

5. Ge exempel på hur man kan förbättra arbetsställningar i en godshanteringsmiljö.

Eleverna kan demonstrera sina kunskaper genom faktiska förbättringsförslag.

6. Resonera över sambandet mellan ergonomiska metoder och produktivitet.

Frågan syftar till att utveckla en djupare förståelse för hur ergonomi påverkar arbetet.

7. Hur kan teknik och verktyg användas för att stödja säker hantering av gods?

Denna fråga ger eleverna möjlighet att definiera tekniska lösningar inom ergonomi.

8. Reflektera över vikten av utbildning i säkerhet och ergonomi inom yrkestrafik.

Eleverna får möjlighet att argumentera för varför utbildning är grundläggande för säkerhet.

## **Bedömning**

Faktafrågor (1 poäng per fråga, total 15 poäng):

Resonerande frågor (3 poäng per fråga, total 24 poäng):

För betyg E krävs totalt minst 8 poäng.

För betyg C krävs minst 12 poäng (varav minst 3 poäng från resonerande frågor).

För betyg A krävs minst 18 poäng (varav minst 5 poäng från resonerande frågor).